



### Jauchen, Auszüge, Brühen & Tees

Bei Jauchen und Auszügen bleibt das Wasser kalt. Erstere werden täglich umgerührt bis kein Gär Schaum mehr entsteht. Jauchen aus Beinwell dienen als Dünger. Aus Salbei und Thymian unterstützen sie bei der Schädlingsabwehr. Wurmfarne- und Adlerfarnejauchen sind wirksam gegen Schild-, Schmier-, Blattläuse und Rostpilze und aus Holunder vertreiben sie Wühlmäuse, Maulwürfe und Ameisen. Bei Auszügen liegen die Pflanzenteile kürzer im Wasser. Ein Kamillenauszug beugt Wurzelkrankheiten vor und dient der Pflanzenstärkung. Aus Schafgarbe wirkt er gegen Pilzsporen.

Für Brühen und Tees wird Wasser erhitzt. Nach einer halben Stunde Kochzeit entsteht eine Brühe. Aus Minze gegen Pilzkrankungen und Rainfarn mit toxischer Wirkung auf Käfer und Milben. Ringelblumenbrühe wirkt stärkend und die von Salbei und Thymian wehrt Schädlinge ab. Wermutbrühen werden bei Apfelwicklern und Brombeermilben eingesetzt. Die vom Rhabarber gegen Läuse. Tees ziehen deutlich kürzer. Kapuzinerkressettee hat eine leicht antibakterielle Wirkung. Tee vom Rainfarn wirkt gegen Blattläuse und echten Mehltau, Grauschimmel und Rost. Wermuttee vertreibt Blattläuse und Kirschfruchtfliegen. Rhabarber echten und falschen Mehltau.

Ihr Partner für Grünes



## Fitnesspartner

Wussten Sie schon, dass Pflanzen Pflanzen stärken?

Die Natur hat sie wie füreinander geschaffen.

Sie beschützen und fördern sich gegenseitig.

Greifen Sie in die Trickkiste der Natur!

Mit den Fitnesspartnern tun Sie Ihrem Garten viel Gutes. Auf natürlichem Wege.



## Fitnesspartner statt Chemie

Schon im 1. Jh. v. Chr. beschrieb Plinius in seiner Historia naturalis die wachstumshemmende Wirkung des Walnussbaums. Heute weiß man, dass sein produzierter Wirkstoff Juglon (ein Naphtochinon) die Keimung unliebsamer Konkurrenten verhindert. Diese zielgerichtete Abgabe chemischer Verbindungen (meist ätherische Öle, sekundäre Pflanzenstoffe und Alkaloide) wird **ALLELOPATHIE** genannt. Die abgebenden Pflanzen selbst nehmen bei der Wirkstoffproduktion keinen Schaden. Die ungiftigen Vorstufen werden erst im Boden zu wirksamen Komponenten umgewandelt oder in Milchröhren, Drüsen, Zellvakuolen oder Ölbehältern verpackt.

Solch eine Fitnesspartnerschaft wirkt auch gegen Insekten oder schädliche Pilze. Damit sich die positiven Auswirkungen aber auch bemerkbar machen, muss die Nachbarschaft nah und unmittelbar sein. Außerdem sollten die Pflanzen kräftig und vital sein, damit ausreichend Stoffwechselreaktionen stattfinden können.



### Mit oberirdischer Wirkung

Die sekundären Pflanzenstoffe Saponin, Iridoid und Flavoid haben schützende Eigenschaften und wirken als Abwehrstoffe gegen Pilz- und Insektenbefall. Hoch konzentriert sind sie in Fenchel, Lungenkraut, Kamille, Knoblauch, Primel, Ringelblume, Seifenkraut und Thymian enthalten. Auch typische Gemüsepflanzen wie Rote Beete, Spinat und Tomaten gehören zu dieser Fitnesspartnergemeinschaft. Und viele Lippenblütler wie Basilikum, Minze, Oregano, Rosmarin und Zitronenmelisse.

### Unter der Oberfläche

Zahlreiche Fitnesspartner wirken auf den ersten Blick unsichtbar, denn sie fördern die Bodengesundheit. Wurzelbakterien von Lupine und Wicke binden wertvollen Luftstickstoff. Sonnenblumen sorgen mit tiefgehendem Wurzelwerk für die Lockerung unterer Bodenschichten. Wurzelauausscheidungen der Ringelblume töten Nematoden und Drahtwürmer ab. Vom Beinwell fördern sie das Wachstum anderer Pflanzen, vom Waldmeister verdrängen sie Unkräuter und von der Wühlmauswolfsmilch lästige Nager.



### Bestäubung inklusive

Etwa 80 % aller Pflanzen sind auf Insektenbestäubung angewiesen. Der intensive Duft von Anis, Basilikum, Dill, Fenchel, Kamille, Katzenminze, Kümmel, Lavendel, Melisse, Minze, Oregano, Salbei, Thymian und Lauch zieht fleißige Helferlein wie Bienen, Hummeln und Schmetterlinge magisch an. Beliebte Futterpflanzen für Bestäuber sind auch Blütendost, Borretsch, Dill, Glockenblume, Fetthenne, Flockenblume, Katzenminze, Kugeldistel, Kugellauch, Maggikraut, Mannstreu, Margerite und Schafgarbe.

Neben Beerensträucher, Obstgehölze oder im Gemüsegarten gepflanzt, können sie die Fruchtbarkeit deutlich steigern. Viele Nützlinge überwintern in abgestorbenen Blättern und Blüten. Gerade Blattläusjäger wie der Marienkäfer und die Florfliege brauchen Staudenstängel als Winterquartier. Wer sie fördern möchte, sollte auf einen allzu gründlichen Herbstputz verzichten. Im Frühjahr, wenn die Nützlinge auf ihren ersten Beutezug gehen, ist es für den Einsatz von Schere & Co. immer noch früh genug!

### Wirksam gegen ...

**Blattläuse:** Bohnenkraut-Borretsch-Kapuzinerkresse-Kerbel-Lavendel-Oregano-Minze-Rosmarin-Salbei-Thymian-Ysop. **Fliegen & Mücken:** Basilikum-Borretsch-Rainfarn-Thymian. **Kohlweißling:** Beifuß-Rosmarin-Salbei-Ysop. **Lauchmotte:** Kamille. **Älchen, Würmer & Nematoden:** Kamille-Lupine-Tagetes-Ringelblume-Rosmarin. **Schnecken:** Basilikum-Kapuzinerkresse-Salbei-Thymian-Ysop. **Spinnmilbe & Möhrenfliege:** Zwiebelgewächse. **Weißer Fliege:** Basilikum. **Ameisen:** Lavendel-Rainfarn. **Mäuse:** Knoblauch-Minze-Sonnenblume-Wühlmauswolfsmilch. **Braunfäule, Graufäule & Krautfäule:** Basilikum-Knoblauch-Minze. **Echter Mehltau:** Basilikum-Majoran-Kamille-Kerbel-Lavendel-Minze-Zwiebelgewächse. **Kräuselkrankheit:** Kapuzinerkresse-Melisse. **Schorf:** Schnittlauch. **Säulenrost:** Wermut.